

Jiu-Jitsu / Street Fight Kyu-Prüfungsordnung

Basis-Anforderungen:

Kyu - Grade tragen einen einfarbigen Gi.

Dan - Grade dürfen einen mehrfarbigen Gi tragen.

Abwehrtechniken müssen gegen Rechts-, sowie Linksangriffe und aus der Bewegung heraus gezeigt werden.

Pflichtlehrgänge zur Prüfung: bis Gelb ein Lehrgang im Prüfungshalbjahr. Ab Grün zwei Lehrgänge (einer davon im Prüfungshalbjahr).

In der **Prüfungsvorbereitungszeit** ist eine **Mindestanwesenheit** von 65% der möglichen Trainingsstunden zu erreichen, um für die anstehende Prüfung zugelassen werden zu können.

Für Kinder unter 14 Jahre verdoppeln sich die Vorbereitungszeiten .

Ausrüstung:

Fuß-, Faust-, Schienbein- Tief- Brust- Zahn- und evtl. Kopfschutz

2 Stöcke (ca. 60cm lang), 1 Stock (ca. 90-100cm), Kette (ca. 160cm lang), Holzmesser, Pistole, sonstige Gegenstände (zerbrochene Flasche etc.)

Grundkenntnisse für alle Kyu-Grade:

1. Falten des Gi (Jiu-Jitsu Anzug),
2. Binden des Obi (Gürtel),
3. Dojo-Etikette
4. Notwehrparagraph § 32 StGB

Gürtelgrad	10. Kyu	9. Kyu	8. Kyu	7. Kyu	6. Kyu	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Gürtelfarbe	Orange	Orange/Blau	Blau	Blau/Gelb	Gelb	Gelb/Grün	Grün	Grün/Braun	Braun	Braun/Schwarz
Vorbereitungszeit	3 Monate	3 Monate	3 Monate	3 Monate	3 Monate	3 Monate	6 Monate	6 Monate	6 Monate	6 Monate

Konditionstest/Fitnessstest

Liegestützen	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Sit-ups	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Kniebeugen	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Sprünge über ein Hindernis mit Zwischensprüngen	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100

Kata		Taikyoku Sono Ichi	Ein Stock Kata	Taikyoku Sono Ichi Ura	Doppel Stock Kata	Pinan Sono Ichi	2-Stock 6-er-Form	Tekki Shodan	Bassai Dai	Goshin-Jitsu-No-Kata
-------------	--	--------------------	----------------	------------------------	-------------------	-----------------	-------------------	--------------	------------	----------------------

Grundtechniken	8	16	26	36	46	56	66	76	86	96
Falltechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ausweichen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Blocktechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Schlagtechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Beintechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Wurftechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Hebeltechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Festlegetechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Würgetechniken			1	2	3	4	5	6	7	8
Transporttechniken			1	2	3	4	5	6	7	8

Befreiungen gegen	4	8	13	19	26	33	40	47	54	61
Hand-/Armfassen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Würgeangriffe	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Brustumklammerungen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Revers-/Kragenfassen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Haarzug			1	2	3	4	5	6	7	8
Kopfumklammerungen				1	2	3	4	5	6	7
Nelson					1	2	3	4	5	6

Abwehren gegen	3	6	10	14	20	27	34	41	48	55
Faustangriffe	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Fußangriffe	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Stockangriffe			1	2	3	4	5	6	7	8
Messerangriffe					1	2	3	4	5	6
Schusswaffenangriffe						1	2	3	4	5
Sonstige Gegenstände					1	2	3	4	5	6
Verteidigung in der Bodenlage	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Freie Selbstverteidigung					1 Gegner	1 Gegner	2 Gegner	2 Gegner	3 Gegner	3 Gegner
---------------------------------	--	--	--	--	----------	----------	----------	----------	----------	----------